

26.06.2025

(Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

180 **Суп вермишелевый молочный** Ккал-129, Бел-5, Жир-5, Угл-18
молоко питьевое пастериз. 2,5%, макаронные изделия (вермишель), масло сладко-сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная

20/4 **Бутерброд с маслом сливочным** Ккал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-117
батон "Ябинушка", масло сладко-сливочное 72,5%

150 **Кофейный напиток с молоком** Ккал-67, Бел-2, Жир-2, Угл-10
молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток

Итого за Завтрак Ккал-276, Бел-9, Жир-10, Угл-145

Завтрак 2

100 **сок яблочный 0,2**

Итого за Завтрак 2

Обед

180 **Борщ с капустой картофелем и сметаной** Ккал-88, Бел-3, Жир-9, Угл-10
картофель, свекла, капуста белокачанная, морковь св., лук репчатый, сметана 15 %, томат-паста, соль йодированная, масло подсолнечное раф., сахар-песок, зелень (укроп, петрушка)

70 **Тефтели из мяса говядины** Ккал-145, Бел-10, Жир-8, Угл-9
мясо говядины а б/к охл., лук репчатый, молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа рис илифованный 1 сорт, мука пшеничная в/с, масло сладко-сливочное 72,5%

120 **Каша гречневая вязкая** Ккал-117, Бел-4, Жир-4, Угл-17
крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное 72,5%

15 **Хлеб из муки пшеничной** Ккал-36, Бел-1, Угл-7

30 **Хлеб ржано-пшеничный** Ккал-68, Бел-2, Угл-14

150 **Компот из сухофруктов** Ккал-112, Бел-1, Жир-3, Угл-20
сахар-песок, сухофрукты

30 **Соус томатный** Ккал-23, Жир-1, Угл-2
мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сладко-сливочное 72,5%, морковь св., лук репчатый, сахар-песок

40 **Огурец свежий** Ккал-6, Угл-1

Итого за Обед Ккал-595, Бел-21, Жир-25, Угл-80

Полдник

150/7 **Чай с сахаром** Ккал-26, Угл-6
сахар-песок, чай черный

100 **оладьи из творога** Ккал-209, Бел-9, Жир-6, Угл-30
яйцо куриное пищевое, творог 5 % жирн., молоко питьевое пастериз. 2,5%, повидло фруктовое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное раф.

Итого за Полдник Ккал-235, Бел-9, Жир-6, Угл-36

Ужин

100 **Молоко кипяченое** Ккал-52, Бел-3, Жир-3, Угл-5

15 **Хлеб из муки пшеничной** Ккал-36, Бел-1, Угл-7

Итого за Ужин Ккал-88, Бел-4, Жир-3, Угл-12

Итого за день Ккал-1 194, Бел-43, Жир-44, Угл-273

Заведующий _____

Кладовщик Дулина Г. В.

Шеф-повар _____ Н.М.Павлова

стоимость 122,02 руб